

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Bab V memaparkan tentang simpulan yang didapatkan dari penelitian yang telah dilakukan, serta rekomendasi yang ditujukan kepada Guru BK, dan peneliti selanjutnya.

#### **5.1. Simpulan**

Setelah melaksanakan penelitian, berikut kesimpulan yang bisa ditarik dari penelitian yang telah dilakukan tentang *self awareness* siswa SMA pengguna instagram pada kelas XI SMAN 15 Bandung tahun ajaran 2020-2021.

5.1.1. Kecenderungan keterampilan *self awareness* dari siswa pengguna instagram pada kelas XI SMAN 15 Bandung tahun ajaran 2020-2021 sebagian besar memiliki keterampilan pada kategori sedang, artinya siswa memiliki keterampilan yang cukup dalam memahami dan menyadari emosi, pikiran, dan perasaan pada dirinya, bisa memposisikan diri di lingkungan, masih lebih fokus pada emosi dan keadaan diri, mampu belajar dari pengalaman dan mau memperbaiki diri namun masih ada sedikit pengabaian terhadap hal-hal pada diri untuk di evaluasi, cenderung masih bergantung dengan keputusan orang lain namun juga memiliki pandangan sendiri, memiliki selera humor tapi tidak selalu menunjukkannya, masih memiliki keraguan dalam diri namun tetap memiliki keyakinan diri dengan terus dibiasakan. Hal ini menunjukkan dengan latar belakang siswa sebagai pengguna instagram aktif, sudah memiliki keterampilan *self awareness* yang cukup namun masih perlu ditingkatkan lagi keterampilan *self awareness* siswa agar bisa lebih optimal. Siswa yang memiliki keterampilan *self awareness* pada kategori rendah hanya sedikit dari total keseluruhan sampel, meski dengan jumlah siswa pada kategori rendah yang sedikit penting untuk memberikan fokus pada siswa tersebut agar mereka bisa mengatasi masalah ataupun kesulitan yang terjadi karena rendahnya keterampilan *self awareness*. Lalu siswa dengan keterampilan *self awareness*

tinggi masih berjumlah sedikit belum mencapai setengah dari jumlah keseluruhan responden. Namun hal ini menunjukkan siswa dengan latar belakang pengguna instagram aktif tetap bisa mengontrol diri dengan baik dan memiliki keterampilan *self awareness* yang baik.

- 5.1.2. Implikasi layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan dan mencapai keterampilan *self awareness* dengan optimal serta membantu siswa mampu mempertahankan dan meningkatkan keterampilan *self awareness* sesuai bertambahnya kematangan diri. Bimbingan dan konseling menjadi kebutuhan penting dalam sekolah untuk membantu siswanya tumbuh dan berkembang sesuai dengan kebutuhan dan tugas perkembangannya. Pada penelitian ini, peran bimbingan dan konseling untuk membantu meningkatkan keterampilan *self awareness* siswa menggunakan strategi bimbingan kelompok dalam bidang pribadi-sosial.

## **5.2. Rekomendasi**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran keterampilan *self awareness* siswa SMA pengguna instagram pada kelas XI SMAN 15 Bandung tahun ajaran 2020-2021, maka berikut rekomendasi yang disampaikan.

### **5.2.1. Guru Bimbingan dan Konseling**

Hasil penelitian menunjukkan, bahwa sebagian besar siswa pengguna instagram memiliki keterampilan *self awareness* pada kategori sedang dan jika digabungkan dengan siswa yang memiliki keterampilan *self awareness* tinggi maka sebagian besar siswa sudah memiliki keterampilan *self awareness* yang cukup. Instagram memiliki pengaruh yang baik maupun pengaruh buruk tergantung dari cara seseorang menggunakan dan memanfaatkannya. Oleh karena itu, guru BK diharapkan mampu memberikan arahan dan bimbingan kepada siswa agar kedepannya siswa mampu mengendalikan diri dan mampu menghadapi ataupun menghindari pengaruh buruk dari instagram serta agar siswa mampu menggunakan dan memanfaatkan instagram untuk hal-hal yang berpengaruh baik. Instagram kini sudah menjadi salah satu media sosial yang banyak digunakan oleh remaja, apalagi di masa pandemi penggunaan media sosial terutama instagram meningkat pesat. Jika siswa memiliki

keterampilan *self awareness* yang belum optimal, maka kemungkinan siswa bisa berperilaku menyimpang baik di dunia maya khususnya instagram maupun di dunia nyata. Guru bimbingan dan konseling bisa membantu siswa meningkatkan keterampilan *self awareness* dengan menggunakan rancangan operasional dengan strategi layanan bimbingan kelompok yang telah dipaparkan dan dirancang pada bab 4 di penelitian ini. Bagi siswa yang memiliki kemampuan *self awareness* rendah, maka perlu diberikan layanan responsif secara berkesinambungan sesuai kebutuhan. Layanan responsif yang diberikan berupa konseling individual dengan menggunakan pendekatan konseling realitas. Dalam konseling realitas akan membantu siswa menyadari dan mengungkapkan keinginan, emosi, perasaan, tujuan yang dimiliki, hal-hal yang telah dilakukan serta membantu siswa mengevaluasi diri terkait tindakan yang telah dilakukannya, penyebab tindakan, tujuan yang diinginkan dan tindakan dalam mencapainya. Setelah itu membuat perencanaan perbaikan diri agar bisa memberikan perubahan yang lebih baik.

#### 5.2.2. Dewan Guru

Di masa pandemi yang sampai sekarang masih berlangsung, banyak kesulitan yang dialami oleh siswa maupun guru dalam menjalankan pembelajaran dan kegiatan sekolah dari rumah. Tak kerap guru dan sekolah pun kesulitan mengamati perkembangan dan pencapaian standar kompetensi siswa karena terbatas ruang dan waktu serta belum bisa melakukan pendampingan secara langsung. Adanya kondisi yang membatasi untuk bersosialisasi dan harus berkegiatan dari rumah saja membuat siswa melakukan penghindaran terhadap sesuatu yang baru dan sebagian besar sudah mulai merasa sangat jenuh seperti belajar dari rumah. Sehingga hal ini menimbulkan tindakan pelarian diri dari dunia nyata menuju dunia maya. Hal tersebutlah yang membuat meningkatnya penggunaan media sosial. Intensitas penggunaan media sosial yang berlebihan akan memberikan pengaruh yang kurang baik bagi kesehatan fisik maupun mental. Rekomendasi dari penelitian ini guru maupun pihak sekolah bisa menginisiasi media sosial pada penelitian ini khususnya instagram, sebagai salah satu media pembelajaran yang menarik dan menyenangkan. Instagram merupakan salah satu media sosial yang sangat digemari oleh siswa, maka dari itu media sosial justru

bisa menjadi peluang yang bagus untuk membawa pembelajaran dan pendidikan yang bisa diterima dengan senang hati oleh siswa. Guru juga bisa melakukan pengamatan, pemantauan, pemeriksaan perkembangan siswa melalui media sosial bisa instagram, facebook, line, atau media sosial lainnya, sehingga guru maupun sekolah bisa masuk ke ranah dunia yang digemari siswa yang bisa membuat siswa merasa semakin dekat dengan guru maupun sekolah meski terbatas ruang dan waktu.

### 5.2.3. Peneliti selanjutnya

Pada penelitian ini, hanya meneliti gambaran keterampilan *self awareness* siswa SMA pengguna Instagram. Kepada peneliti selanjutnya, dapat meneliti keterampilan *self awareness* dengan latar belakang yang berbeda agar bisa memberikan perluasan cakupan topik *self awareness*. Peneliti selanjutnya juga bisa merancang program bimbingan dan konseling yang efektif untuk membantu siswa mencapai *self awareness* yang optimal.

